Rok II. Kraków, dnia 6 maja 1905 r. Nr. 3.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

Przegląd najważniejszych chorób przewlekłych, nadających się do leczenia w polskich zdrojowiskach i uzdrowiskach.

Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach
Choroby serca i narządu krążenia	Jaworze, Krynica, Ojców, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby, nosa, gardła, krtani, płuc i opłucnej	Birsztany, Bystra, Iwonicz, Jaśkowice, Jaworze, Kamionka, Kossów, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Rabka, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane.
Choroby żołądka	Druskieniki, Krynica, Rymanów, Szczawnica, Żegiestów.
Choroby jelit	Birsztany, Druskieniki, Kamionka, Kossów, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Truskawiec, Rymanów, Żegiestów.
Choroby wątroby i dróg żółciowych	Ciechocinek, Iwonicz, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby śledziony	Iwonicz, Krynica, Szczawnica, Zakopane, Żegiestów.
Choroby nerek i pęcherza	Druskieniki, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby kobiece	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Druskieniki, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec, Żegiestów.

Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach
Nerwice ogólne i przewlekłe choroby nerwowe z tłem anatomicznem	Bystra, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Grodzisk, Jaśkowice, Jaworze, Kiselka, Kossów, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Sławuta, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Zakopane, Żegiestów.
Choroby kości, mięśni i stawów, także na tle gruźliczem	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Krynica, Krzeszowice, Lubień, Morszyn, Rabka,· Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby przemiany materyi, jak otyłość, moczówka cukrowa, dna i t. d.	Birsztany, Busko, Czarniecka Góra, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Otwock, Rymanów, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Żegiestów.
Choroby krwi	Bystra, Jaworze, Krynica, Nałęczów, Ojców, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane, Żegiestów.
Zołzy — przymiot	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Lubień, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby skóry	Birsztany, Iwonicz, Lubień, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Zatrucia morfinowe, wyskokowe, nikotynowe i rtęciowe	Grodzisk, Kiselka, Maryówka, Nowe Miasto, Solec, Swoszowice, Zakopane.

Rok II. Kraków, dnia 6 maja 1905 r. Nr. 3.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

DWUTYGODNIK ILUSTROWANY

wydawany w porze kąpielowej przez Polskie Towarzystwo Balneologiczne w celu reklamowania i popierania rozwoju zdrojowisk i uzdrowisk krajowych.

Redaguje Komitet. — Redaktor: Dr. ZYGMUNT WĄSOWICZ.

Redakcya i administracya: **Kraków, ul. Floryańska L. 44.** Rękopisów nie zwraca się.

OGŁOSZENIA: za 1 wiersz petitem lub jego miejsce 30 hal. Adresy lekarskie 1 K. 50 h. jednorazowo.

Przewodnik kąpielowy rozsyłany jest **bezpłatnie** P. T. Lekarzom w Galicyi, W. Ks. Poznańskiem i Królestwie Polskiem, czytelniom publicznym, kawiarniom, cukierniom, restauracyom, hotelom i wkładanym bywa do przedziałów I. i II. klasy pociągów osobowych i pospiesznych na głównych liniach kolejowych.

W prenumeracie kosztuje *Przewodnik kąpielowy* 6 Kor. za rocznik.

Uczestnikom Zjazdu numer ten poświęca

Redakcya.

Każda myśl społeczna zanim przyobleczе się w formę słów i czynów, zazwyczaj nurtuje najpierw przez czas pewien w umysłach, a swoje „jestem i żyję“ zdradza tylko niekiedy, cisnąc się na usta w rozmowach tych, co ją lepiej czują i lepiej wyrazić umieją. W rozmowach szerzy się myśl dalej, coraz szersze zatacza kręgi, staje się wreszcie ogólną poniekąd własnością, a tem samem przedmiotem już nie poufnych okolicznościowych rozmów, ale przedmiotem żywszych rozpraw i głębszej rozwagi. Myśl społeczna przeobraża się w sprawę społeczną — rozpoczyna się społeczna praca przy udziale i przez udział w niej coraz większej liczby współpracowników.

Taką sprawą społeczną, zrodzoną ze społecznej myśli, jest akcya na polu organizacyi przemysłowej i ekonomicznej, zmierzająca do zespolenia w niej wszystkich interesowanych, do pozyskania dla niej całego polskiego społeczeństwa. Widomymi jej przedstawicielami są Związki i Ligi przemysłowe, stworzone u nas w ciągu kilku lat ostatnich.

Gdzie wszystko się łączy i wszystko organizuje, tam i tak ważny odłam przemysłu, jak przemysł zdrojowy, nie mógł pozostać na uboczu. Istotna potrzeba, siła faktów, wreszcie przykład dany przez innych, parły do stworzenia organizacyi zdrojowej. Krok pierwszy zrobiony. Jest nim zawiązanie Polskiego Towarzystwa balneologicznego, które sprawę ma ująć w swe ręce i działać dla sprawy. Jednym z epizodów działania, a raczej pierwszym z nich, jest Zjazd balneologiczny, który daje sposobność do wzajemnego poznania się tych, co działać mają i działać powinni, do zmierzenia sił i zasobów własnych, do naszkicowania tego, co robić i jak robić potrzeba. Tak i nie inaczej pojmować należy tegoroczny Zjazd balneologów polskich. Już to samo, że przyjść on mógł do skutku, że usiłowania Towarzystwa, zwrócone w tym kierunku, spotkały się z uznaniem i wydatnem poparciem, oznacza wiele, dodaje otuchy, stwarza zachętę do dalszego działania. Szczęść Boże jego obradom. Oby jak najlepsze wydały owoce, oby przyczyniły się jak najskuteczniej do rozwoju, dobra i potęgi zdrojowisk i uzdrowisk całej naszej wielkiej polskiej ziemi.

PROGRAM
ZJAZDU BALNEOLOGICZNEGO

urządzonego staraniem

POLSKIEGO TOWARZYSTWA BALNEOLOGICZNEGO

W KRAKOWIE

w dniach 6 i 7 maja 1905 r.

W piątek dnia 5 maja o godz. 8 wieczór.

Zebranie uczestników Zjazdu w salach Grand Hotelu celem wzajemnego zapoznania się.

W sobotę dnia 6 maja.

O godzinie 9 rano: Msza św. cicha w kościele św. Mikołaja, ul. Kopernika.

O godzinie 10 rano: Pierwsze ogólne posiedzenie Zjazdu w sali posiedzeń krakowskiego Towarzystwa lekarskiego (ulica Radziwiłłowska L. 4) z następującym porządkiem dziennym:

1. Zagajenie przez prezesa polskiego Towarzystwa balneologicznego prof. Dra L. Korczyńskiego.
2. Wybór prezesów honorowych Zjazdu, przewodniczących i sekretarzy posiedzeń ogólnych, według propozycyi Wydziału Polsk. Tow. baln., przedstawionej przez prof. Dra L. Korczyńskiego.
3. Przemówienie prezesa Tow. lekarskiego krak., prof. Dra Jul. Nowaka.
4. Przemówienie Delegata Uniwersytetu i Wydziału lekarskiego.
5. Odczytanie regulaminu Zjazdu
6. Przemówienie Dra H. Dobrzyckiego, z Warszawy.
7. Odczyt Prof. Dra Wł. Szajnochy, p. t. „Kwestya głębokich wierceń w Krynicy i Szczawnicy".
8. Odczyt Radcy Dworu Dra J. Merunowicza, p. t. „O przepisach budowniczych w zdrojowiskach".
9. Odczyt Dra Eug. Wajgla, p. t. „Higiena zdrojowisk".
10. Odczyt J. Olszewskiego, p. t. „Udział Ligi pomocy przemysłowej w obronie i w rozwoju krajowych zdrojowisk i uzdrowisk".
11. Odczyt prof. Dra Lud. Korczyńskiego, p. t. „O organizacyi i administracyi krajowych zdrojowisk".

Uwaga: O godzinie 1 w południe nastąpi przerwa; dalszy ciąg posiedzenia o godzinie 4 popołudniu.

O godzinie 8 wieczór: Towarzyskie zebranie w salach domu Tow. lekarskiego krakowskiego

W niedzielę dnia 7 maja.

O godzinie 9 rano:

A) **Posiedzenie Sekcyi lekarskiej**, na którem odczytają swe prace:

1. Prof. Dr. W. Jaworski i Dr. K. Flis: Wyniki badań fizykalno-chemicznych polskich wód zdrojowych i znaczenie ich dla balneologii.
2. Dr. H. Dobrzycki: O zjednoczeniu uzdrowisk polskich i prawodawstwie dla nich obowiązującem.
3. Dr. K. Dłuski: II. Sprawozdanie z działalności Sanatoryum dla chorych piersiowo w Zakopanem. (Od 1 maja 1904 do 1 kwietnia 1905).
4. Dr. Z. Pelczar: Leczenie chorób serca w Truskawcu.
5. Doc. Dr. I. Lemberger: *a)* O źródłach wody mineralnej w Głębokiem; *b)* Czy można zastąpić naturalne wody mineralne sztucznemi?
6. Dr. F. Arnstein: Jakie stanowisko zająć winno leczenie balneoterapeutyczne kamicy moczowej?
7. Dr. T. Praschil: Zdrój „Naftusia" w leczeniu skazy moczowej w Truskawcu.
8. Dr. I. Zanietowski: O nowych metodach elektro-leczniczych w stosunku do balneologii (z demonstracyami).
9. Dr. St. Lewicki: *a)* O gorących kąpielach powietrznych; *b)* Zachowanie się parcia krwi przy rozmaitych dyetach.
10. Dr. A. Puławski: Dwudziestopięciolecie Nałęczowa.
11. Dr. J. Aronsohn: O leczeniu konserwatywnem wysięków okołomacicznych.

B) **Posiedzenie Sekcyi przemysłowo-zdrojowej.**

O godzinie 4 popołudniu: II.-gie posiedzenie ogólne. Na porządku dziennym:

1. Referat Hr. J. Potockiego i Dra Z. Wąsowicza: Najistotniejsze potrzeby i braki zdrojowisk i uzdrowisk krajowych.
2. Dr. R. Battaglia: O zawodowo-handlowej organizacyi zdrojowisk i wspólnej ich akcyi w sprawie eksportu wód.
3. Dyskusya.
4. Zamknięcie obrad Zjazdu.

Wkładka dla uczestników Zjazdu wynosi 10 Kor. — Strój codzienny.

REGULAMIN

DLA

ZJAZDÓW BALNEOLOGICZNYCH,

urządzanych przez

POLSKIE TOWARZYSTWO BALNEOLOGICZNE.

§ 1. Celem zjazdów balneologicznych jest:

a) śledzenie i rozbiór naukowych postępów w balneologii;

b) zapoczątkowywanie prac naukowych balneologicznych;

c) poznawanie i wspieranie postępów w rozwoju polskich zdrojowisk i uzdrowisk;

d) wskazywanie racyonalnych kierunków na polu praktycznych urządzeń leczniczych i higienicznych w zdrojowiskach;

e) popieranie działalności, zwróconej ku obronie ekonomicznych interesów zdrojowisk i uzdrowisk.

§ 2. Zjazdy balneologiczne odbywają się zasadniczo co roku. Każdy zjazd może być połączony z wystawą balneologiczną.

§ 3. Urządzeniem zjazdów zajmuje się komitet gospodarczy.

§ 4. Komitet gospodarczy tworzą członkowie każdorocznego wydziału Polskiego Towarzystwa balneologicznego.

§ 5. Komitet gospodarczy oznacza:

a) wysokość wkładki, jaką składać mają uczestnicy zjazdu;

b) określa miejsce, czas i trwanie zjazdu;

c) układa program zjazdu;

d) zajmuje się ogłaszaniem drukiem sprawozdań zjazdowych i prac, odczytywanych na zjeździe.

Życzenia co do miejsca i czasu zjazdu następnego, wyrażone w formalnej uchwale uczestników, będą w miarę możności przez komitet gospodarczy uwzględniane.

§ 6. W zjeździe na podstawie zaproszenia imiennego przez komitet gospodarczy mogą brać udział:

a) lekarze;

b) właściciele, dzierżawcy i zarządcy zakładów zdrojowych i klimatycznych;

c) właściciele i kierownicy samoistnych przedsiębiorstw w zdrojowiskach, uzdrowiskach i letniskach;

d) osoby, pracujące na polach naukowych, mających związek z balneologią;

e) przedstawiciele tych gałęzi przemysłu, które mają praktyczne znaczenie dla przemysłu zdrojowego.

§ 7. Udział w zjeździe winien być zgłoszony najpóźniej na tydzień przed terminem zjazdu.

§ 8. Tytuł i treść odczytów podane być mają do wiadomości komitetu gospodarczego najpóźniej na trzy tygodnie przed terminem zjazdu.

§ 9. Posiedzenia zjazdowe są dwojakie:

a) ogólne,

b) sekcyjne.

§ 10. Posiedzeń ogólnych jest najmniej dwa: pierwsze odbywa się przy otwarciu, drugie przy zamknięciu obrad zjazdu.

§ 11. Na pierwszem ogólnem posiedzeniu wybierają uczestnicy, na podstawie propozycyi komitetu gospodarczego, prezesów honorowych, przewodniczących i sekretarzy posiedzeń ogólnych zjazdu.

§ 12. Obradami na posiedzeniach ogólnych kieruje jeden z przewodniczących zjazdu.

§ 13. Sekretarze zjazdu spisują protokoły obrad i przygotowują do druku sprawozdania z tychże obrad.

§ 14. Posiedzenia sekcyjne odbywają się pod kierunkiem przewodniczących sekcyi, wybranych z grona członków danej sekcyi na wniosek komitetu gospodarczego.

§. 15. Odczyty na temat, podany przez Komitet gospodarczy zjazdu, trwać mogą do 45 minut, inne odczyty najwyżej 20 minut.

§. 16. W rozprawach zabierać mogą uczestnicy zjazdu na posiedzeniach ogólnych najwyżej dwa razy głos nad jednym odczytem; za każdym razem niedłużej jak przez 10 minut.

§. 17. Funduszami zjazdu zawiaduje wydział Polskiego Towarzystwa balneologicznego.

§. 18. Celem wykonywania kontroli, wybierają uczestnicy zjazdu na propozycyę wydziału gospodarczego ze swego grona dwóch członków, którzy, łącznie z członkami komisyi kontrolującej Polskiego Towarzystwa balneologicznego, sprawdzają rachunki, a wynik swych czynności przedstawiają z odpowiednim wnioskiem na ostatniem ogólnem posiedzeniu następnego zjazdu. Uczestnicy zjazdu udzielają wtedy komitetowi gospodarczemu absolutoryum.

§. 19. Głosowania odbywają się jawne przez podniesienie rąk.

Kilka słów
o kąpielach słonecznych

podał
Dr. Tadeusz Praschil
lekarz zdrojowy w Truskawcu.

W latach ostatnich zwrócono szczególniej za granicą baczniejszą uwagę na leczniczą wartość promieni słonecznych, a zarazem zastosowano leczenie słońcem pod postacią kąpieli słonecznych w całym szeregu rozmaitych chorób, ze znakomitym niejednokrotnie wynikiem leczniczym. Naśladując obcych, pierwszy początek zrobiło w tym kierunku przez zaprowadzenie słonecznych kąpieli u siebie kilka zdrojowisk i miejsc klimatycznych w Galicyi, a mianowicie Kossów, Marjówka i Truskawiec.

Sama myśl stosowania słońca, jako środka leczniczego, nie jest nową, już bowiem w starożytności Grecy a jeszcze więcej Rzymianie używali kąpieli słonecznych nie tylko jako środka ogólno-higienicznego, ale wprost jako czynnika leczniczego. W tym celu poddawano ciało nagie, najczęściej olejkami natarte, lub też okryte przewiewną szatą, bezpośredniemu działaniu promieni słonecznych; zabiegi te odbywały się na płaskich dachach domów, albo też w umyślnie do tego celu przeznaczonych ubikacyach domów. Jako następstwa lecznicze kąpieli słonecznych wymieniają autorowie starożytni zwiększone wydzielanie potu, znikanie tłuszczu i puchliny, pomyślne skutki przy porażeniach, nerwobolach, kurczach i innych cierpieniach.

W wiekach średnich uległy jednak kąpiele słoneczne zupełnemu zapomnieniu i dopiero z końcem XVIII. wieku zaczął je stosować Coretti przy suchotach, a z początkiem XIX. Löbel, Villet i Carus zalecali je przy wodnej puchlinie, hipochondryi i innych chorobach. Mimo jednakowoż wcale dobrych nieraz skutków takiego leczenia, zostało ono przez lekarzy całkowicie zaniedbane i było jedynie przez znachorów i t. zw. lekarzy naturalnych (Naturheilkünstler) uprawiane.

W ostatnich dopiero latach zwrócił się wreszcie i świat lekarski, świat naukowy, na nowo do tego bądźcobądź potężnego czynnika leczniczego, jaki przedstawia słońce i począł opracowywać na podstawie wiedzy i dotychczasowego doświadczenia zarówno technikę, jak i wskazania tej nowej, a przecież w istocie tak dawnej metody leczenia.

Zasada tej metody polega na zużytkowaniu do celów leczniczych wychodzących ze słońca zarówno fizycznych jak i chemicznych energij ruchu. Znanem powszechnie i codziennie obserwowanem jest działanie słońca na rozwój, byt i wzrost organizmów tak roślinnego jak i zwierzęcego świata. Bez słońca życia niema, istnieje tylko wegetacya.

Jak wiadomo, składa się światło słoneczne z siedmiu barw; światło to przepuszczone przez szklany pryzmat daje t. zw. widmo słoneczne w postaci barwnej wstęgi o kolorach tęczy, która rozpoczyna się barwą czerwoną a kończy smugą fioletową. Wszystkie te barwne smugi, zawarte między czerwonym i fioletowym pasem, stanowią promienie świetlne. Zarówno jednak przed tą tęczową wstęgą jakoteż i za nią znajdują się w rozłożonem przez pryzmat widmie słonecznem niewidoczne dla oka promienie pozaczerwone i pozafioletowe. Pierwsze z nich posiadają własności cieplne i padając na nasze powłoki nie tylko działają na ich powierzchnię ale energicznie drążą i szybko wnikają w głąb tkanek, — drugie zaś o własnościach chemicznych wchodzą tylko w najpowierzchowniejsze warstwy skóry (Freund).

Mamy zatem w świetle słonecznem promienie cieplne, świetlne i chemiczne. Promienie cieplne a więc pozaczerwone [a także czerwone a po części i żółte] wywierają wpływ zbawienny i pobudzający na wzrost i cały proces odżywiania zarówno roślinnych jak i zwierzęcych jestestw. Promienie świetlne działają w wysokim stopniu na rozwój tkanek, przyczyniają się do zabarwienia skóry i wspólnie z promieniami pozaczerwonymi podnoszą przemianę materyi. Wreszcie promienie chemiczne wywierają bardzo silny wpływ na bakterye, które pod bezpośrednim ich wpływem w krótkim czasie giną, względnie ich rozwój pod wpływem słońca zostaje zupełnie wstrzymanym. Oprócz tego wywołują promienie pozafioletowe podrażnienie skóry, które w rozmaity sposób może się objawić, a mianowicie jako przekrwienie jej, pokrzywka, rumień *(erythema solare)*, rozlany obrzęk skóry i t. p.

Te trzy rodzaje energii, wychodzących ze słońca i równocześnie działających na powierzchnię skóry ludzkiej, posiadają, razem wzięte, wysokie znaczenie terapeutyczne i niczem zastąpić się nie dadzą. Działając razem, powodują one żywą wymianę materyi w skórze, która stanowi nie tylko ochronną powłokę ciała naszego, ale jest nadto narządem wydzielniczym i wydechowym. Zwiększony przewiew skórny i znaczniejsza czynność wydzielnicza naszych powłok, musi pośrednio oddziałać na przemianę materyi w całym organizmie, a zatem musi wywrzeć swój wpływ na krew, narządy wewnętrzne i tkanki całego ciała.

I na tem właśnie opiera się naukowo uzasadniona metoda stosowania kąpieli słonecznych, jako środka leczniczego. Przez energiczne podrażnienie skóry, co się objawia zwiększonem wydzielaniem potu, przez korzystny wpływ na rozwój i wzrost organizmu, dalej przez dodatnie działanie na przemianę materyi i na narządy wewnętrzne w ogóle, a w szczególności na organa krew wytwarzające, wreszcie, przez swoje chemiczne bakteryobójcze wpływy, — stoją kąpiele słoneczne w szeregu bardzo potężnych czynników leczniczych i zasługują w całem słowa znaczeniu na to, by ile możności szerokie znalazły w terapii zastosowanie.

Kąpiele słoneczne stosuje się podczas najsilniejszego przygrzewania słońca t. j. w czasie miesięcy letnich. Najodpowiedniejszą porą do kąpania się jest czas, w którym słońce najwyżej stoi na horyzoncie, a więc między godziną 10 rano a 4 lub 5 po południu. Kąpiele urządza się na miejscach otwartych, ku południowi zwróconych, i osłoniętych przed wiatrem wysokiem ogrodzeniem. W ogrodzeniu leżą chorzy, obnażywszy odpowiednią część ciała, na tapczanach z podniesioną do góry głową. Głowa winna być osłonięta przed bezpośrediem działaniem promieni słonecznych; na oczy najlepiej używać ciemnych szkieł. W czasie kąpieli należy kolejno rozmaite partye powłok poddawać działaniu słońca, a to przez czas tak długi aż nie wystąpi wyraźny pot na skórze odnośnej części ciała. Długość trwania kąpieli wynosi $\frac{1}{4}$—$\frac{1}{2}$ godziny i nie powinna, zwłaszcza u jednostek wrażliwszych, przekraczać trzech kwadransów. Silniejsi kąpać się mogą codziennie, słabsi natomiast tylko 2—3 razy na tydzień.

W czasie lub też po kąpieli słonecznej stosować można różne dodatkowe procedury: zawijania w ogrzane na słońcu koce, zagrzebywanie w rozpalony słońcem piasek (kąpiele piaskowe), tudzież kąpiele pełne lub półkąpiele z wody o temperaturze 26°—28° C. Również można dołączyć do kąpieli słonecznych wycierania ciała, ogólne mięsienie oraz ruch (bieganie, gimnastyka,

praca fizyczna) na wolnem powietrzu (kąpiele powietrzne).

Działanie takiej kąpieli objawia się przekrwieniem i zaczerwienieniem skóry, znacznymi potami, ewentualnie rumienieniem i łuszczeniem się przyskórka, zwiększeniem apetytu, dodatnią zmianą usposobienia, podmiotowem poczuciem lekkości i siły, potrzebą snu i t. p.

Należy jednakże zwrócić nader baczną uwagę, aby ani całego ciała, ani nawet poszczególnych tylko jego części nie wystawiać na zbyt długie działanie promieni słonecznych. Za nadto energicznie stosowane kąpiele mogą nie tylko spowodować długo się utrzymujące opalenie (zbrunatnienie) skóry, uporczywe drażniące pokrzywki i wypryski i połączony z nimi nieznośny świąd ciała, ale również wywołać przykre skutki ogólne, jak znaczne kongestye krwi do głowy, objawy podrażnienia systemu nerwowego i upośledzenie czynności serca. To też należy i z kąpielami słonecznemi, podobnie, jak z każdą inną metodą leczenia, być bardzo ostrożnym i ściśle się stosować do wskazówek i rad lekarza.

Co się tyczy wskazań dla leczenia kąpielami słonecznemi, to metoda ta znalazła dotychczas szerokie zastosowanie w terapii najrozmaitszych chorób. Pomijając już gruźlicę i syfilis, w których słońce w pewnych razach ze znakomitym skutkiem bywa stosowane, zwłaszcza w odpowiednio ku temu celowi urządzonych sanatoryach, to należy tu na pierwszem miejscu wymienić cały szereg chorób przemiany materyi, t. zw. ustrojowych (konstytucyonalnych), które z korzyścią bywają leczone zapomocą promieni słonecznych. Do chorób tych należą: skaza moczanowa *(Gicht)*, reumatyzm przewlekły, otyłość, cukrzyca, zołzy *(skrofuloza)*, krzywica (*rachitis*), blednica i niedokrewność *(anemia)*. Na drugiem miejscu znaleść się winny choroby układu nerwowego, które pod zbawiennym wpływem światła słonecznego również korzystny przebieg okazują; do chorób takich należą nerwobóle (newralgie), neurastenia, histerya, astma nerwowa i nerwice serca. Tak samo pomyślnie działają kąpiele słoneczne — w przewlekłych katarach dróg oddechowych, w chorobach nerek, połączonych z puchliną, wreszcie w cierpieniach skórnych, jak trudno gojących się ranach, wypryskach, owrzodzeniach i innych.

Przez wprowadzenie u siebie kąpieli słonecznych rozszerzył Truskawiec znacznie zakres wskazań dla leczenia zdrojowego, względnie do posiadanych już metod dodał jeszcze jedną, którą wcale pogardzać nie można, lecz uważać co najmniej za czynnik pomocniczy a nader skuteczny w dotychczasowem leczeniu różnych chorób w zdrojowisku. Halę dla kąpieli słonecznych zbudowano w Truskawcu w roku ubiegłym na zwróconym ku wschodnio-południowej stronie stoku dość wyniosłego wzgórza, w pobliżu i powyżej źródła Naftusi leżącego. Miejsce to, bardzo odpowiednio wybrane, otoczono dokoła szczelnemi ścianami, których wysokość dochodzi z trzech stron do 3 metrów, z czwartej zaś (ku szczytowi pagórka) do $2^1/_2$ metra. Zamkniętą w ten sposób pochyłość wzgórza wyrównano zupełnie do poziomu, wysypano całą powierzchnię nawiezionym drobnym szutrem i piaskiem, wzdłuż północno-zachodniej ściany zasadzono w dwu szeregach kilkunastoletnie świerki, a w samym środku urządzono klomby kwiatowe i trawniki. Miejsce to całe, obejmujące ogromną przestrzeń (długość cała ogrodzenia naokoło wynosi 280 metrów), podzielono podwójną szczelną przegrodą na dwa równe oddziały, z których jeden dla mężczyzn, drugi dla kobiet przeznaczono.



ZAKOPANE: Ogólny widok Sanatoryum Dra Dłuskiego.

W każdym z oddziałów poustawiano na niskich nóżkach wzdłuż ścian po kilkanaście drewnianych tapczanów z odpowiedniem podwyższeniem na ułożenie głowy. Tak męski jak i żeński przedział posiadają oddzielną męską i żeńską służbę, odrębne wejścia i osobne, wewnątrz każdego z oddziałów umieszczone, szatnie do rozbierania. Kąpiel trwa $^1/_4$ — $^3/_4$ godziny, zależnie od wrażliwości, sił i rodzaju cierpienia chorego, jest częściowa lub całkowita w miarę potrzeby, a częstość jej i porę w każdym przypadku określa lekarz. Wszelkie dodatkowe procedury (koce, nacierania, mięsienie, zmywania, kąpiele) bywają wykonywane jedynie na ordynacyą lekarzy bądź na miejscu, bądź też, po kąpieli słonecznej, w domu lub w łazienkach przez odpowiedni personal. W ubiegłym roku stosowano u nas kąpiele słoneczne w przewlekłym reumatyzmie, skazie moczanowej, przy nadmiernej otyłości, neurastenii i zajęciu chronicznem górnych dróg oddechowych. Dotychczasowe nasze, jakkolwiek nieliczne (halę oddano do użytku dopiero w sierpniu 1904), wcale jednak pomyślne wyniki leczenia kąpielami słonecznemi, pozwalają wróżyć, iż nowa ta metoda szybko się w zdrojowisku rozwinie, a Truskawiec tym sposobem współzawodniczyć będzie skutecznie i w tym kierunku z zagranicą.

Lwów w kwietniu 1905.

Sanatoryum
dla chorych piersiowo w Zakopanem
Dra Kazimierza Dłuskiego.

Zakopane leży w szerokiej dolinie, odgraniczonej od południa łańcuchem Tatr, od północy zaś długiem wzgórzem, zwanem Gubałówką, które chroni dolinę od północnych wiatrów.

Wielka wartość klimatu zakopiańskiego dla osób dotkniętych chorobami narządu oddechowego zbyt jest znaną od czasów Dra Chałubińskiego, abyśmy dowodzić jej bliżej potrzebowali. Krótko więc tylko zaznaczamy, że charakteryzuje się on głównie: nadzwyczajną czystością powietrza, większą suchością tegoż, wreszcie zwiększonem natężeniem promieni słonecznych. W porze zimowej miewamy w Zakopanem długie szeregi pięknych słonecznych dni.

Sanatoryum położone jest na uboczu, o 3 kilometry od samego Zakopanego, w miejscowości zacisznej,



ZAKOPANE: Kaplica w Sanatoryum Dra Dłuskiego.

wolnej od kurzu zupełnie. Prowadzi doń droga bita, stanowiąca wyłączną własność Stowarzyszenia sanatoryalnego, wskutek czego Zakładowi nie może grozić niebezpieczeństwo wytworzenia się w jego bezpośredniem sąsiedztwie gęstej osady, coby pociągnęło za sobą pogorszenie warunków zdrowotnych.

Sanatoryum otoczone jest obszernym parkiem, którego połowę stanowi piękny świerkowy las, otaczający od wschodu i zachodu polanę, na której wznosi się Zakład. Wzdłuż południowej granicy parku w dole szumi górski potok, na samej zaś północnej granicy wznosi się dom maszynowy, w którym mieszczą się urządzenia do centralnego ogrzewania, elektrycznego oświetlenia, pralni parowej i dezynfekcyi.

Sanatoryum samo stoi na wysokości 1050 metr. nad poziom morza. Wielki 4-piętrowy gmach zwrócony jest na południe, boczne zaś skrzydła (dla ochrony od wiatrów) zwrócone są na p. p. wschód i p. p. zachód.

W gmachu samym uwzględnione są aż do najdrobniejszych szczegółów najnowsze wymagania t. zw. „stylu sanatoryalnego". Budynek zawiera więc tylko jeden szereg słonecznych, frontowych pokoi dla chorych, od strony północnej zaś tylko szerokie, widne korytarze. Z dużych widnych okien pokoi mieszkalnych roztacza się wspaniały widok na cały łańcuch Tatr. Prócz pokoi tych każde piętro posiada łazienki, waterklozety i pokój służbowy. Szerokie wygodne schody, oraz elektryczna osobowa winda — wszystko ogrzewane — zapewniają wygodną komunikacyę między poszczególnemi piętrami. Winda do potraw, zatrzymująca się na każdem piętrze, pozwala otrzymywać gorące potrawy wprost z kuchni dla chorych, leżących w łóżku.

Na parterze znajdują się: wielki przedsionek, szatnie, biura, mieszkania dla urzędników i dla służby. Pokoje przeznaczone dla chorych umieszczone są na I, II, III, i IV. piętrze. Jest ich 76, z nich kilkanaście na 2 osoby. Te ostatnie mają od 100—120 metrów sześc. pojemności, jednoosobowe zaś od 55—70 m. Pokoje posiadają oddzielną wentylacyę z własnym kanałem odprowadzającym, wychodzącym aż ponad dach, a oprócz tego górna część okna otwiera się z łatwością pod kątem 45° zapomocą mechanizmu, umieszczonego na dostępnej wysokości. Rogi i kąty pokoi, by ułatwić oczyszczanie i krążenie powietrza, są zaokrąglone. Ze względu na spokój chorych, pokoje mają podwójne drzwi, między niemi zaś przedpokoik z wieszadłami na ubranie. Całe umeblowanie wykonane jest według umyślnych wzorów i nadaje się do radykalnej dezynfekcyi. Wszystkie meble dają się rozbierać z łatwością na części, są pozbawione ostrych rogów i brzegów i po-



ZAKOPANE: Sala jadalna w Sanatoryum Dra Dłuskiego.

wleczone zmywalnym lakierem. Podłogi z belek gipsowych pokrywa wszędzie linoleum. Oświetlenie elektryczne każdego pokoju składa się z 2-ch lamp, z tych jedna nad łóżkiem. Druty od lamp i dzwonków skryte są w murze ze względu na czystość. Ogrzewanie wszędzie centralne zapomocą pary o niskiem ciśnieniu, i to nie tylko w pokojach, lecz także w kaplicy, klatkach schodowych, korytarzach, łazienkach, garderobach i miejscach ustępowych. Gmach posiada własną kanalizacyę, wodociągi z zimną i gorącą wodą na wszystkich piętrach, dzwonki elektryczne, wewnętrzne telefony i tuby. Telefon łączący Zakład z pocztą w Zakopanem, wreszcie telegraf i poczta na miejscu zapewniają pacyentom wszelkie pod tym względem wygody.

Oprócz pokoi mieszkalnych Zakład posiada salę teatralną z piękną sceną, salę fortepianową, bibliotekę z czytelnią, poczekalnię dla chorych, gabinet lekarza, laboratoryum chemiczno-bakteryologiczne, podręczną aptekę, salę operacyjną, wzorowo urządzone łazienki i tusze. W oddzielnym pawilonie gospodarczym, komunikującym wygodnie z głównym, znajdują się: kuchnie, kredensy, wspaniała 2-piętrowa salą jadalna, długa na 15 metrów, 1 mniejsza salka jadalna, wreszcie wielka i piękna kaplica.

Przed gmachem znajduje się obszerna leżalnia w stylu zakopiańskim, zaopatrzona w wygodne szez-

longi, stoliki, lampy i dzwonki elektryczne. Story pozwalają zabezpieczyć ją od słońca, deszczu lub wiatru. Dla uniknięcia na niej kurzu droga dojazdowa kończy się zajazdem nie z frontu, lecz z tyłu gmachu sanatoryalnego. W parku znajduje się jeszcze druga mała werenda zimowa, wreszcie trzecia wielka leżalnia wyłącznie przeznaczona na dnie upalne.

Co do metody leczniczej, to Sanatoryum nasze przeznaczone jest na uzdrowisko w ścisłem słowa tego znaczeniu, nie przyjmuje zatem takich chorych, u których już nie można się spodziewać co najmniej znacznej poprawy stanu zdrowia. Zakład przyjmuje więc chorych na gruźlicę w pierwszych jej okresach, następnie tak zw. profilaktyków, t. j. osoby usposobione dziedzicznie, lub skłonne do gruźlicy; dalej osoby dotknięte przewlekłym nieżytem oskrzelowym, mierną rozedmą płuc, wreszcie rekonwalescentów po zapaleniach płuc i opłucnej, oraz po operacyach, będących następstwem gruźlicy miejscowej (gruczoły, kości, stawy).

Nasza metoda lecznicza, panująca dziś wszechwładnie po sanatoryach zagranicznych, a stworzona przez Brehmera, jest więc klimatyczno-hygieniczno-dyetetyczna. Każdy pacyent znajduje się stale pod troskliwym dozorem lekarskim, przez co unika szkodliwych wpływów i łatwiej może wyzyskać środki lecznicze, którymi Zakład rozporządza. Z tych najważniejszym jest stałe używanie powietrza górskiego w czasie przechadzek po ścieszkach parku o pewnej ściśle określonej pochyłości, lub spoczywania na wygodnym leżaku. Metody te stosowane są ze ścisłem uwzględnieniem indywidualnego stanu pacyentów. W ten sposób od rana do wieczora chory może oddychać zbawiennem górskiem i leśnem powietrzem.



ZAKOPANE: Leżalnia letnia w Sanatoryum Dra Dłuskiego.

Drugim najważniejszym czynnikiem kuracyjnym jest obfita, zdrowa i wykwintna kuchnia, umożliwiająca wzmożone odżywianie chorych. Stały bowiem pobyt w górach jak wiadomo wpływa zazwyczaj podniecająco na łaknienie i na przemianę materyi. Porządek jedzenia jest następujący: I. śniadanie: herbata, mleko, kawa, kakao, pieczywo, masło, miód. II. śniadanie: mleko, herbata, jaja, zimne mięso, pieczywo, masło. Obiad: z pięciu dań. Podwieczorek: mleko, herbata, kawa, kakao, pieczywo zwykłe, ciasto, masło. Kolacya: z trzech dań, wreszcie o 9-ej godzinie wieczorem mleko słodkie lub kwaśne.

W celu uodpornienia organizmu odpowiednich chorych i dla zahartowania ich, używa się zabiegów wodoleczniczych, jako to: nacierań, kąpieli i natrysków ze stałą lub stopniowaną temperaturą. Choroby nosa, gardła i krtani są odpowiednio miejscowo leczone. Baczną uwagę zwraca się na utrzymanie w dobrym stanie czynności trawienia, jak również na wszystkie komplikacye chorobowe. — Wskazane zabiegi chirurgiczne odbywają się w Zakładzie we wzorowo urządzonej sali operacyjnej.

Półtoraroczne doświadczenie pozwala nam śmiało twierdzić, że rezultaty tej metody leczniczej są w naszym Zakładzie, dorównywującym swem urządzeniem najlepszym sanatoryom zagranicznym, nadspodziewanie pomyślne.

Rzecz jasna, że wyniki są tem lepsze, im wcześniej kuracya rozpoczętą zostaje. Pora zimowa wobec własności klimatu górskiego nadaje się do niej równie dobrze, jak letnia. W Zakładzie pracuje 3-ch lekarzy: naczelny lekarz Dr. Kazimierz Dłuski; 2 asystenci: Dr. Zdzisław Czaplicki i Dr. Bronisława Dłuska.

Korespondencye.

Truskawiec, w maju 1905.

Ażeby wobec stale rosnącej frekwencyi chorych w Truskawcu zaradzić na przyszłość możliwemu brakowi solanki potrzebnej do kąpieli, czyni obecnie właściciel zdrojowiska energiczne i kosztowne starania, zmierzające do uzyskania nowego źródła surowicy solnej w Zakładzie. W tym celu od stycznia b. r. rozpoczęto „na Pomiarkach“ roboty, które bez przerwy prowadzone są do obecnej pory, pod kierownictwem inżyniera górniczego. Wiadomość istnienia w tem, miejscu ogromnych pokładów soli i wewnętrznych zbiorników (jezior) surowicy pochodzi od czasów, w kiedy „na Pomiarkach“ przed 20 laty wydobywano wosk ziemny. Po wyeksploatowaniu pokładów wosku, kopalnia ta została zaniechaną i dziś na świeżo trzeba tworzyć szyby. Dawniejszy szyb w miejscu robót obecnych dochodził głębokości 60 metrów i posiadał przekrój poprzeczny kształtu, którego bok mierzył 1 metr. Szyb cały był wyłożony i zabezpieczony wewnątrz drewnianemi ścianami i podporami z drzewa, które jednak z biegiem lat zbutwiały i ponieważ nikt się nie troszczył o nowe podpory i nowe zabezpieczenie w zaniechanej kopalni, szyb całkowicie został zasypany ziemią, obsuwającą się naokoło. Otóż celem odkopania tego dawnego zejścia do kopalni, wybierają obecnie naokoło szybu dawnego szyb nowy o przekroju kształtu prostokąta, którego bok dłuższy mierzy 5 metrów, a krótszy dochodzi do 4·5 m. W miarę postępu robót w głąb, musi się ściany tegoż nowego szybu odpowiednio ubezpieczać, aby obsuwająca się ziemia pracujących wewnątrz robotników nie zasypała. Daje to miarę wielkości zadania, jakie sobie do wykonania właściciel i zarząd zdrojowiska postawili, a także pozwala wnosić o ogromnych kosztach, jakie



ZAKOPANE: Wnętrze łazienki w Sanatoryum Dra Dłuskiego.

takie roboty pociągnąć muszą zasoby. Wszystko to jednak robi się w celu podniesienia zdrojowiska i w celu zapewnienia mu rozwoju na przyszłość.

Prace około tego szybu tak dalece postąpiły, że prawdopodobnie już w tym sezonie będzie można użyć do kąpieli surowicy z Pomiarek. O otwarciu nowego szybu i o bliższych szczegółach, dotyczących nowej surowicy, jej składu i obfitości, nieomieszkam zawiadomić czytelników *Przewodnika* po ukończeniu robót.

Pomiarki leżą w oddaleniu 3 klm. od Truskawca i są ze zdrojowiskiem połączone żelaznym rurociągiem, założonym w roku 1903. Rurociąg ten wpływa do zbudowanego w roku 1902 zbiornika betonowego o pojemności 400 metrów sześć., znajdującego się w środku Zakładu i połączonego zapomocą systemu rur odpływowych z łazienkami. Sam zbiornik przykryty jest ziemią, porosłą trawnikiem. Dla całości obrazu dodam jeszcze i to, iż na Pomiarkach pomieszczono w roku 1904 w osobnem betonowem zabudowaniu benzynowy motor, celem pędzenia surowicy przez wspomniany rurociąg do zbiornika w Zakładzie. — Ten krótki i pobieżny szkic robót, wykonanych w latach 1902, 1903, 1904 i 1905 w celu zapewnienia Truskawcowi solanki, w ilości



ZAKOPANE: Werandowanie w Sanatoryum Dra Dłuskiego.

wystarczającej nie tylko dla dzisiejszej frekwencyi, ale mogącej zupełnie wystarczyć dla 10 razy większej liczby kuracyuszy, może dać miarę i kosztów i nakładu pracy i dobrej woli tak właściciela, jakoteż i zarządu zdrojowiska, zmierzających stale i konsekwetnie do podniesienia i rozwoju Truskawca.

Co się tyczy ruchu budowlanego w Truskawcu, to przybędzie zdrojowisku w tym roku 5 nowych domów dla gości zdrojowych. Domy te, jakkolwiek niewielkie, należą do prywatnych właścicieli i liczyć będą razem około 60 pokoi. Nie zapobiegnie to wprawdzie chronicznemu brakowi pomieszkań, w lipcu i sierpniu w Truskawcu, w każdym jednak razie zmniejszy do pewnego stopnia jeden z braków głównego sezonu.

Z nowości innych w Zakładzie wymienić jeszcze muszę roboty w krytym deptaku na „Adamówce“, przy źródle Maryi.

Hala, nad deptakiem o bardzo pięknem wiązaniu, strzelistych wieżyczkach, osobnem wzniesieniu dla codziennie tu rano przygrywającej orkiestry zdrojowej, — wogóle wcale okazała, bo i dość szeroka i dostatecznie długa, zbudowana według projektu Halickiego (architekta lwoskiego) jeszcze przed 8 laty, zupełnie przeznaczeniu nie odpowiadała, nie zaopatrzono jej bowiem do tej pory w jedną drobnostkę a mianowicie w podłogę. Stąd też każdy wolał spacerować po dobrze ubitych gładkich ścieżkach parku, niż wzniecać kłęby kurzu i czuć pod podeszwami drobny wprawdzie, ale twardy żwir, którym deptak był wysypany. Z deptaku więc prócz orkiestry nie korzystał dotychczas nikt, bo nawet w czasie niepogody wielu przenosiło chodzenie w kaloszach pod parasolem na otwartem miejscu nad łykanie pyłu pod dachem chociażby najpiękniejszego deptaka. Nieprawidłowość ta w sezonie tegorocznym zostanie wreszcie usuniętą. Teraz właśnie wykończają układanie drewnianej podłogi. Tak więc w istocie piękna budowa obecnie odpowiadać już będzie zupełnie celowi i z pewnością kuracyusze nie będą jej unikać jak dotąd, lecz licznie się w niej gromadzić. *Dr. Praschil.*

Wiadomości bieżące.

W sprawie wystawy balneologicznej, mającej być urządzonej w maju roku przyszłego, rozesłał wydział pol. Towarzystwa balneologicznego, do zarządów wszystkich polskich zdrojowisk i uzdrowisk odezwę, w której podnosi wielkie znaczenie wystawy dla dokładnego poznania istotnego stanu naszego zdrojownictwa i dalszego jego rozwoju i zwraca się z prośbą i usilnem wezwaniem, aby w wystawie nasze zakłady wzięły jak najwydatniejszy udział.



ZAKOPANE: Z parku Sanatoryum Dra Dłuskiego.

W ramach wystawy mieścić się powinno wszystko, co z balneologią w jakimkolwiek stoi związku. W szczególności mogą być przedmiotem wystawy:

1. Wody mineralne i przetwory zdrojowe i kąpielowe, jak sole, ługi, pastylki, borowina, wyciągi jodłowe i t. d.

2. Modele i plany urządzeń kąpielowych.

3. Modele i plany urządzeń do czerpania, ogrzewania, odgaziania wód, napełniania, korkowania, etykietowania flaszek.

4. Plany ujmowania zdrojów.

5. Szkice przekrojów geologicznych, próbki pokładów geologicznych.

6. Plany wszelkiego rodzaju zakładów leczniczych (pneumatoterapia, inhalatorya, mechanoterapia, fototerapia, elektroterapia i t. p.).

7. Tablice meteorologiczne.

8. Plany wzorowych domów mieszkalnych, fotografie domów, modele lub plany urządzeń pokojów mieszkalnych, dworców gościnnych i t. d.

9) Plany i modele urządzeń sanitarnych i hygienicznych (wentylacya, usuwanie nieczystości, odkażenie mieszkań).

10. Statystyka (frekwencya osób, daty odnoszące się do eksportu z uwzględnieniem jego warunków i t. d.).

11. Balneografia (opis zakładu, zestawienie retrospektywne rozwoju, ulepszeń i t. d.).

12. Prace naukowe lekarskie balneologiczne, lub mające dla balneologii znaczenie.

Wydział Towarzystwa rozesłał dlatego tak wcześnie ogłoszenie o zamierzonej wystawie, aby Zarządy zdrojowe

mogły poczynić stosowne kroki celem zgromadzenia i uzupełnienia wszelkiego rodzaju okazów, nadających się do wysłania na wystawę.

Urządzeniem wystawy zajmuje się osobny komitet, którego skład zostanie ogłoszony w odpowiednim czasie. Na razie udziela w sprawach wystawy wszelkich wyjaśnień prezydyum Towarzystwa (Kraków, ulica Kopernika L. 2).

Dr. Seweryn Piotrowski, b. sekundaryusz szpitala św. Łazarza i lekarz zdrojowy w Krynicy, zakończył życie dnia 15 kwietnia w Krakowie, licząc lat 35. Zmarły w ostatnich 4-rech latach prowadził w Krynicy t. zw. „pensyonat hydropatyczny“, przedtem Dra Ebersa. Gruntowna wiedza fachowa, prawość charakteru i uprzejmość zjednała ś. p. Drowi S. Piotrowskiemu u pacyentów i kolegów uznanie i zasłużoną życzliwość. To też zgon Jego przedwczesny obudził żal powszechny.

Towarzystwo Tatrzańskie odbyło, jak donosi *Czas*, w dniu 30 kwietnia walne doroczne zebranie pod przewodnictwem prezesa Antoniego hr. Wodzickiego, w sali Rady powiatowej. Przewodniczący w zagajeniu poświęcił gorące wspomnienie żałobne pamięci sekretarza Tow. Walerego Eliasza Radzikowskiego, a zgromadzenie przez aklamacyę uchwaliło nazwać turnię Kończystą w dolinie Kościeliskiej „turnią Eliasza“. Po dyskusyi przyjęto do wiadomości sprawozdanie i udzielono wydziałowi absolutoryum. Po długiej dyskusyi uchwalono także preliminarz budżetu na r. 1905. Drugim wiceprezesem wybrano p. Jana Kwiatkowskiego; do wydziału wybrani pp. 1) Mięczysław Białkowski, 2) Józef Hopcas, 3) Dr. Stanisław Krygowski, 4) prof. Władysław Kulczyński, 5) Dr. Jan Nowicki, 6) Leopold Świerz i 7) hr. Władysław Zamoyski.

Na podstawie referatu członka wydziału p. Zapałowicza, zgromadzenie uchwaliło utworzyć nowy oddział babiogórski, zaś na podstawie referatu wiceprezesa Jana Kwiatkowskiego uchwaliło zaciągnąć w Kasie oszczędności m. Krakowa pożyczkę 80.000 koron na budowę Schroniska przy Morskiem Oku. Dyrekcya Kasy okazała bardzo wielką życzliwość przy układaniu propozycyj pożyczki i w ten sposób pośrednio przyczyniła się do pomyślnego rozwiązania sprawy budowy Schroniska. Pożyczkę, zaciągniętą na 4 i pół proc., zahipotekowano na realności Tow. w Zakopanem.

Prof Dr. Odo Bujwid ofiarował miastu Krakowowi 10 morgów ziemi we wsi Czasławiu koło Wieliczki pod budowę sanatoryum dla chorych piersiowo, przyrzekając nadto w miarę możności dostarszyć cegłę, kamień i drzewo ze swej cegielni, kamieniołomu i lasów po własnej cenie. Grunt ofiarowany leży w miejscu, otoczonem lasami szpilkowemi i nadaje się wybornie na cel przeznaczony.

Z Gleichenbergu Dr. Bulikowski donosi do *Czasu*, że wydział spółki akcyjnej gleichenbergskiej, powodowany uczuciami ludzkości, postanowił oficerom, biorącym udział w obecnej wojnie, którzyby dla ratowania zdrowia mieli zamiar na sezon bieżący przyjechać do Gleichenbergu, ofiarować takież same zniżki, jakich doznają oficerowie rakuscy. Postanowienie powyższe zakomunikowanem zostało w formie oficyalnej ambasadzie rosyjskiej w Wiedniu. Po porozumieniu się z poszczególnemi właścicielami hoteli i willi, obowiązuje się zarząd zdrojowiska ofiarować kwatery bezpłatne: w maju dla 150, w czerwcu, lipcu i sierpniu dla 30 do 50, zaś we wrześniu dla 140 oficerów.

KAWIARNIA Franciszka SAUERA
w Krakowie, ul. Szczepańska L. 1, I. piętro. Tel. 350.
Czytelnia zaopatrzona w najrozmaitsze pisma krajowe i zagraniczne. — Salon damski w stylu roccoco. — 3 bilardy. — Sale do gier towarzyskich. — Bufet zaopatrzony w najlepsze i prawdziwe trunki, usługa szybka i rzetelna.
Zakład otwarty do godziny 3-ciej w nocy.



Najznakomitsze są w przód i w tył szyjące i do haftu artystycznego **oryginalne Victoria Maszyny do szycia.**
Główny Skład: Lwów, ulica Trzeciego Maja L. 5.
Ilustrowane cenniki franko.

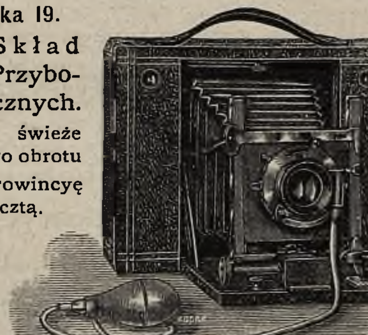
Osobliwe przybory toaletowe poleca
WISKIDA
Kraków, Plac Maryacki.

Prospekta na żądanie.

- Schampoing Petrole do mycia włosów.
- Proszek bezbarwny odtłuszczający do pielęgnowania włosów.
- Czepki franc. do układania włosów.
- Ang. podkłady do nowych fryzur.
- Sławne brzytwy Carara.
- Cologne russe litr 7 kor.
- Hennolina przywraca kolor uzdrawiając włosy siwiejące.

Prospekta na żądanie.

ANTONI LARISCH
Kraków, Szewska 19.
Największy Skład Aparatów i Przyborów fotograficznych.
Towary zawsze świeże z powodu wielkiego obrotu
Wysyłki na prowincyę odwrotną pocztą.
Ceny niższe od fabrycznych.
Cennik gratis.



APTEKA w KRYNICY
H. Nitribitta
w domu „pod Orłem“, tuż obok deptaku,
zaopatrzona w najświeższe środki lecznicze, przetwory uniwersalne — przyrządy ginekologiczne i gumowe, utrzymuje na składzie wszelkie wody mineralne naturalne i sztuczne, wina lecznicze itp. Wyrabia odznaczony na wielu wystawach i polecany przez Świetną Komisyę przemysłową
WYCIĄG IGLIWIOWY
używany jako dodatek do kąpieli.
Pastylki krynickie i Olejek sosnowy.

Rządowo uprawniona
FABRYKA WOD MINERALNYCH SZTUCZ. i SPECYAL. LECZNICZYCH
POD FIRMĄ
K. RZĄCA i CHMURSKI
w Krakowie, ul. św. Gertrudy L. 4,
wyrabia pod kontrolą Komisyi przemysłowej Tow. Lek Krak. polecone przez to Towarzystwo
WODY MINERALNE
odpowiadające składem chemicznym wodom: **Bilińskiej, Gieshueblerskiej, Selterskiej, Vichy, Maryenbadzkiej, Homburg, Kissingen**, tudzież **specyalne lecznicze**, jak: litową, bromową, jodową, żelazistą, kwaśną, oraz wody mineralne normalne z przepisu prof. Jaworskiego.
Sprzedaż cząstkowa w aptekach i drogueryach. Cenniki na żądanie franco.
Główny skład dla Lwowa w aptece J. Wiewiórskiego, Halicka 5.

APTEKA
Konstantego Wiszniewskiego w Krakowie
poleca własnego wyrobu
Tabletki kaskarowe
środek wypróbowany a gruntownie przeczyszczający żołądek, nie sprawiający boleści, nie zawiera bowiem **aloesu**, a więc nie szkodliwy i przyjemny do zażycia. Zażywa się na czczo i idąc spać po 2 sztuki. Cena słoika **50** ct.
Piwo z ekstraktem słodowym
wyborny środek na kaszel i katar płuc i żołądka, używa się 3 razy dziennie po 2 większe kieliszki. Cena butelki 36 ct.
Główny skład na zachodnią Galicyę ODOLU, najlepszy środek na zęby. Cena **1** złr.
Wina i Eliksiru Kola na wzmocnienie nerwów. Cena 251 ct.
Creme Iris do pielęgnow. skóry i piękności cery. Cena słoika zł.
Zawsze świeża **Krowianka** tak krajowa jak wiedeńska.

TAPETY
Materye meblowe,
DYWANY angielskie i perskie, **FIRANKI** i wszelkie dekoracye pokojowe, oraz najstarsza w kraju
Fabryka STOR i ŻALUZYI do okien.
Wzory tapet opłatnie. — Cenniki stor gratis wysyła
W. ADAMSKI ul. Akademicka 2. **LWÓW.**



Nakładem Polskiego Tow. Balneologicznego. — Drukarnia Związkowa w Krakowie; pod zarządem A. Szyjewskiego.